

# ママンだより



寒さや乾燥が気になる季節となりました。  
引き続きコロナウィルス、インフルエンザなどの感染症予防にも気を配りながら、寒さに負けず冬のこの季節だからこそ楽しめることを見つけながら、元気に過ごしましょう♪

★卒乳のお話 8日(木)13:15~14:15 【予約開始】1/24~ 定員: 10組  
助産師森木さんが卒乳についてのお話をしてくれます。  
個別相談(要事前予約)も可能です。

★ ★ 上記のイベント以外は、イベントの参加でない方も支援センターの利用が可能です ★ ★

★つくってあそぼう「足型ひなまつりアート」  
27日(火)・28日(水)【予約開始】 2/13~ 定員:各10組  
開所時間内のお好きな時間にどうぞ。  
足型をとってうさぎさんのひな人形を作ります♪



★6ヵ月までの日 14日(水)・29日(木) 13:00~15:00  
★7ヵ月からの日 21日(水) 13:00~15:00 ※いつもと違うマットあり!  
月齢の同じくらいのお友達と一緒にあそぼう。初めての方、大歓迎です♪  
※違う月年齢のお友達も交流スペースの利用もOKです。

★保健師さんの日(高知市)  
※事前予約可能 15日(木)10:00~12:00(最終受付11:30)  
高知市の保健師さんが来てくれます。お母さんの体の事や子育てや発達に関する事など、一人で悩まず気軽におはなしできます。  
プレパママさんもお気軽にどうぞ。

平日のみ、11:00~13:00まで、お昼ご飯・軽食が可能です。  
身長体重測定したい方は、職員にお気軽に声をかけてください。

妊婦や子育て家庭の楽しいおでかけを応援するアプリ  
「おでかけるんだパス」/



子育て応援の店や子育てに関する施設の簡易検索やタイムリーな情報のお知らせ、緊急時の連絡先など、便利な機能を集めました!  
おでかけ時に使えるので、お父さんにもおすすめです!

また、おでかけ先でポイント「るんP」を貯めて商品に応募できるキャンペーンなども実施中です。  
ぜひ、ご登録ください♪



月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8 PM 卒乳のお話 助産師	9	10	11
12	13	14 PM 6ヵ月までの日& 蔦屋書店さん 読み聞かせ	15 AM 保健師さんの 日(高知市)	16	17	18
19	20 絵本アドバイ ザーの日	21 PM 7ヵ月からの 日	22	23 プレパママ の日	24	25
26	27 つくってあそぼう	28	29 PM 6ヵ月までの 日	開所時間/10:00~15:00 閉所日/月曜日・5月3~5日(GW)・年末年始		

★蔦屋書店さんの読み聞かせ  
14日(水)14:30~  
書店員さんがママンに出張で読み聞かせに来てくれます♪  
★絵本アドバイザーさんのいる日  
20日(火)10:00~15:00  
絵本についてお気軽にご相談下さい!

★プレパママの日  
23日(祝)10:00~15:00  
産前産後のくらしを支える産後  
ドゥーラさんがいます。  
気軽にお話・相談できます。

ママンは皆さんの子育てを  
応援しています  
プレパママさんも  
遊びに来て下さい



ママンからのお知らせ

・安全対策へのご協力をお願いします。(特に土・日・祝)  
・イベント等の予約はお電話(AM10時から)でも来所でもOKです。  
全て、ご本人分のみとなります。

お問い合わせ:地域子育て支援センター「ママン」  
781-0084高知市南御座90番地1高知 蔦屋書店3F  
TEL/FAX:088-855-5238

月々のイベントや、災害時・緊急時等の  
開閉所情報も  
FB・インスタでお知らせしています。



Facebook インスタグラム